

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. KESIMPULAN**

Covid-19 merupakan jenis virus baru yang kasus pertamanya ditemukan di kota Wuhan China pada bulan Desember 2019 dan telah menyebar ke seluruh dunia yang menyebabkan krisis kesehatan masyarakat. Coronavirus adalah keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan sampai berat. Virus ini memiliki mekanisme penularan yang sehingga penyebaran virus tidak dapat terkendali dan mengakibatkan penularan pada semua kelompok umur. Lansia tergolong dalam kelompok rentan terpapar Covid-19 maka perlu dilakukan pencegahan untuk tetap menjaga kesehatan lansia tetap optimal selama masa pandemi Covid-19. Untuk mencegah penyebaran infeksi adalah melalui cuci tangan secara teratur, memakai masker, dan menjaga jarak. Melalui penelitian *literatur review* ini telah dipaparkan faktor-faktor yang mempengaruhi optimalnya kesehatan lansia di masa pandemi Covid-19 antara lain melakukan *social distancing* atau pembatasan kegiatan sosial, dukungan keluarga dan dukungan sosial, optimisme dari lansia, melakukan aktifitas fisik, adaptasi dengan kebiasaan baru seperti: memakai masker, rutin mencuci tangan.

#### **B. SARAN**

Berdasarkan hasil *literatur review* yang telah dilakukan maka untuk mengoptimalkan kesehatan fisik dan psikis lansia di masa pandemi Covid-19, penulis mengajukan saran sebagai berikut:

1. Keluarga

Kepada keluarga agar memberikan dukungan pada lansia sehingga lansia memiliki kualitas hidup yang optimal selama masa pandemi Covid-19.

2. Perawat

Kepada tenaga kesehatan khususnya perawat agar dapat memberikan edukasi yang berkaitan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi optimalnya kesehatan lansia di masa pandemi Covid-19.

### 3. Pelayanan Kesehatan

Kepada pemberi pelayanan kesehatan agar lebih mengupayakan untuk menerapkan kebijakan kesehatan yang tidak memberatkan masyarakat dan memberikan solusi-solusi untuk mengatasi pandemi Covid-19 khususnya untuk lansia sebagai kelompok rentan agar kesehatan fisik dan psikis lansia tetap optimal di masa pandemi Covid-19.

### 4. Peneliti Selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya agar dapat lebih banyak menemukan sumber-sumber data yang berkaitan dengan faktor yang mempengaruhi optimalnya kesehatan lansia di masa pandemi Covid-19 sehingga hasil penelitian tersebut dapat diterapkan dalam perawatan lansia pada masa pandemi Covid-19.